

HEART RATE MONITOR



SIGMA[®]
G E R M A N Y

NL

GPS^{*}
SPEED
DISTANCE

HRM
BLUETOOTH
WIRELESS

LAP
COUNT

TRAINING
DATA
ANALYSIS


VOICE
COACH^{*}


MUSIC
CONTROL^{*}



*only available with free SIGMA MOVE APP

MORE
INFORMATION



WWW.SIGMA-QR.COM

RC MOVE

Inhoud

1	Display, toetsen en navigatie in het overzicht	3
2	Instellingen uitvoeren	10
3	Trainen met de RC MOVE	17
4	Trainen met de RC MOVE en de smartphone	24
5	PC modus	26
6	Geheugen oproepen	26
7	Verwijdering	29
8	Garantiebepalingen	29

Voorwoord

Hartelijk dank, dat u gekozen hebt voor een sporthorloge van SIGMA SPORT®.

Uw nieuwe RC MOVE zal u jarenlang trouw begeleiden bij het sporten en tijdens vrije tijd. De RC MOVE is een technisch hoogwaardig meetinstrument. Om de veelheid aan functies van uw nieuwe sporthorloge te leren kennen en te kunnen gebruiken, dient u deze handleiding zorgvuldig door te lezen.

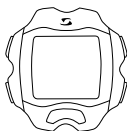
SIGMA SPORT® wenst u veel plezier bij het gebruik van uw RC MOVE.

Verdere inlichtingen en instructies

Verdere inlichtingen, alsook de vaak gestelde vragen (FAQs), treft u aan onder www.sigmasport.com.

Raadpleeg voor begin van uw training uw arts - in het bijzonder, wanneer er bij u sprake is van onderliggende cardiovasculaire aandoeningen.

1 Display, toetsen en navigatie in het overzicht



Wekken:

De RC MOVE wordt in een transportmodus geleverd, waarin deze nauwelijks stroom verbruikt. Daarom moet u de RC MOVE voor het eerste gebruik wekken. Ga hiervoor als volgt tewerk.



Om de de transportmodus te verlaten en de RC MOVE te activeren drukt u, zoals op de folie afgebeeld, gedurende tenminste 5 secondes op START. Daarna verschijnt de aanduiding "Language English". Druk op ENTER en kies met TOGGLE/+ de gewenste taal en bevestig met ENTER.



Pairing:

Vóór het eerste gebruik moet u de R1 BLUE zender met het horloge koppelen. Doe daarvoor de R1 BLUE borstriem om en druk op de RC MOVE op TOGGLE/+, totdat u op het display "Pairing" krijgt te zien. Druk nu op ENTER om te beginnen met de pairing. Is de pairing klaar, wordt een getallencombinatie getoond.

1.1 Grafische voorstelling display

Het display is in drie sectoren opgedeeld:



Sector 1: Weergave van de (trainings-) waarden - hartfrequentie en rondes

Sector 2: Weergave van de op dit moment gekozen functies, menu-items en aanduiding van de betreffende gegevens

Sector 3: Scroll-indicatie voor overzichtelijke menubesturing en navigatie

1.2 Toetsen

De RC MODE heeft vijf toetsen:

TOGGLE/-, TOGGLE/+, STOP, START en ENTER

STOP-toets:

Deze toets brengt u een niveau terug in de menustructuur.

In de trainingsmodus stopt u de training door te drukken op de toets.

Training terugzetten zonder opslaan:

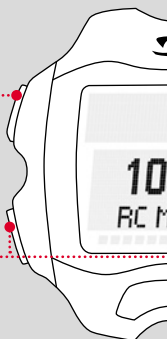
STOP-toets ingedrukt houden.

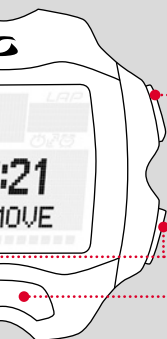
TOGGLE/- en TOGGLE/+ toetsen:

Met TOGGLE/+ navigeert u naar rechts in het hoofdmenu en TOGGLE/- leidt u dienovereenkomstig terug. Voor zover u bij een item bent, waaraan waardes geconfigureerd werden, stelt u met TOGGLE/+ een hogere en met TOGGLE/- een lagere waarde in.

Lichtmodus activeren/deactiveren

Druk gelijktijdig op de TOGGLE/- en de TOGGLE/+ toetsen. Opnieuw gelijktijdig drukken schakelt de verlichting van het display weer uit. Het licht is gedurende ca. 3 secondes actief.





ENTER-toets:

Met deze toets roept u het hoofdmenu op en bevestigt u ermee het ingevoerde.

U navigeert naar het submenu van de menu-items van dat ogenblik en roept de verdere subitems op, indien voorhanden.

START-toets:

Om de training te starten drukt u op de START-toets.

Opnieuw drukken tijdens de training markeert een LAP/ronde.

Wanneer een training via de STOP-toets gestopt werd, zet u met opnieuw drukken op de START-toets de tijdmeting voort.

LapView/rondeafbeelding:
 START-toets ingedrukt houden.
 Op STOP-toets drukken,
 om lapview te verlaten.

1.3 Navigatie

Niveau 0



Gebruik hoofdmenu

Niveau 1



Training



PC modus



Log boek

Niveau 2



Vrij trainen +
doelzone

Niveau 3 (zoom-overzicht)



Rondetijd +
stopwatch



Rondetijd



Doelzone +
% Hfmax.



Hart-
frequentie



Intensiteit-
zones



Gem.
hartfrequentie
+ max.
hartfrequentie



Verbruikte
calorieën +
tijd



Rondetijd



Gem.
hartfrequentie



Verbruikte
calorieën



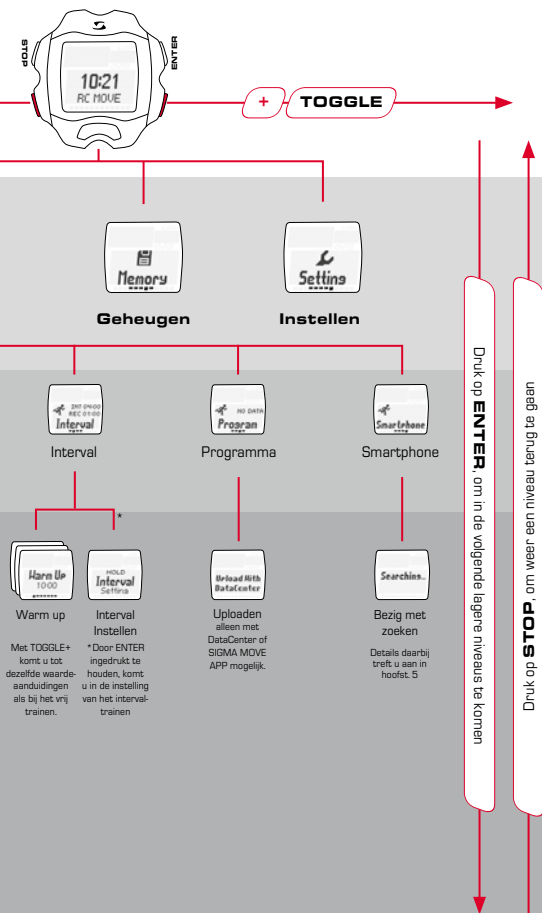
Stopwatch



max.
hartfrequentie



Tijd



1.3 Navigation

Niveau 0



Beheer van hoofdmenu

Niveau 1



PC modus



Log boek



Geheugen

Niveau 2



Gereed

Overbrenging van de gegevens naar het DataCenter



Log-interval



Log boek wissen



Training



Totaal

Niveau 3 (zoom-overzicht)



5 sec.
10 sec.
20 sec.
30 sec.



Afbreken
Wissen



Training 1
Training 2
Training 3
Training 4
Training 5
Training 6
Training 7

* Pas zichtbaar, wanneer training doorlopen is

De opvraging van de individuele waarden treft u aan in hoofdst. 4



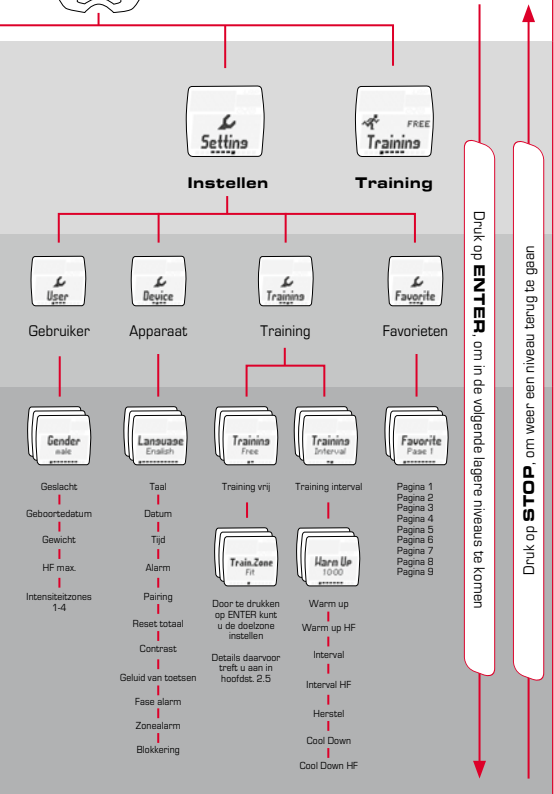
Week



Maand



Sinds





Zoals in het navigatieoverzicht (hoofdstuk 1.3) afgebeeld, roept u het menu-item "Instellen" op door op ENTER te drukken, aansluitend met TOGGLE/+ naar het item "Instellen" te sturen en opnieuw op ENTER te drukken.

2.1 Apparaat



Het tweede item in het submenu "Instellen" zijn de apparaatinstellingen.

Met ENTER komt u in het submenu van de apparaatinstellingen. U kunt basisconfiguraties aan het apparaat uitvoeren, zoals bv. taal, datum en tijd, geluiden of contrasten etc.



Kies via TOGGLE/+ de gewenste instelling en bevestig die via ENTER. Wilt u een niveau terug, drukt u op STOP.



Na iedere uitgevoerde instelling, meldt het display "Instell. OK".

2.2 Alarmgeluiden

Bij overschrijden van de ingestelde doelzone klinken 3 piepjes om de 20 secondes (zolang als u buiten de zone traint).

Blijft u eronder, klinkt een lange pieptoon.

NL

2.3 Toetsblokkering



Om per ongeluk starten van de training te voorkomen, is het mogelijk de toetsen te blokkeren. Hiervoor kiest u het menu "Apparaat" en navigeert u naar het item "Blokkering".

Om de blokkering te deactiveren gaat u als volgt tewerk: Druk op een willekeurige toets en daarna op ENTER.

2.4 Gebruiker



Bij het item "Gebruiker" in het submenu "Instellen" bevinden zich de gebruikersinstellingen.

Met ENTER komt u in een verder submenu van de gebruikersinstellingen.



Wilt u bijvoorbeeld het "Geslacht" van mannelijk naar vrouwelijk veranderen, drukt u op ENTER.



De keuze "mannelijk" knippert en kan nu met TOGGLE/+ in vrouwelijk veranderd worden. Bevestig de instelling van dat moment met ENTER.



"Instell. OK" verschijnt, zoals ook bij alle volgende instellingen als bevestiging in het display.

Nu kunt u verdere persoonlijke gegevens zoals geboortedag, gewicht, maximale hartfrequentie (HF) alsook uw doeltrainingszone instellen.



Met TOGGLE/+ navigeert u naar het volgende item, uw geboortedatum. Hier handelt u zoals gebruikelijk en kiest u het item met ENTER.



Eerst stelt u het juiste geboortjaar in. Via TOGGLE/+ en TOGGLE/- stelt u een hoger of lager jaar in als de actueel knipperende waarde en bevestigt u met ENTER.



Evenzo stelt u de maand in.



En daarna evenzo de dag.



U hebt uw geboortedag met succes ingesteld en u krijgt de betreffende melding in het display getoond.



Als volgende voert u uw actuele gewicht in. Hiervoor weer via TOGGLE/+ navigeren en met ENTER bevestigen.



Via TOGGLE/+ resp. TOGGLE/- kiest u tussen de eenheid kilogram of pond.



Daarna kunt u zoals gebruikelijk de correcte waarde van uw gewicht in de tevoren gedefinieerde eenheid aangeven.



Als volgende voert u uw persoonlijke maximale hartfrequentie (HF max.) in. Hiervoor weer via TOGGLE/+ navigeren en met ENTER bevestigen.



Hebt u geen actuele maximale hartfrequentie bij de hand, kunt u die ook automatisch laten berekenen. Kies hiervoor "Automatisch". Kent u uw persoonlijke maximale hartfrequentie, kiest u "Manueel" en gaat u tewerk zoals bij het vorige item beschreven is.



Vier verschillende intensiteitzones kunnen gedefinieerd worden. Deze bouwen zich op elkaar op en kunnen zich niet snijden.

Eerst definieert u via de keuze met ENTER de intensiteitzone 1. Hier stelt u met TOGGLE/+ de onderste waarde in en bevestigt u met ENTER. Met de bovenste waarde gaat u precies zo tewerk.

Ga precies zo tewerk, om de intensiteitzones 2-4 te definiëren.



Instructie: De optie om van de standaardwaarden van uw intensiteitzones af te wijken en eigen zones te definiëren, is voor gebruikers met gevorderde eisen en hogere gebruiksintensiteit voorzien.

2.5 Training (instellingen)



Para acceder al entrenamiento, orientese por el diagrama de la página 8, nivel 2.

In het item "Training" in het submenu "Instellen" treft u de trainingsinstellingen aan.

Met ENTER komt u in een verder submenu van de trainingsinstellingen.



Hier kunt u nu de instellingen voor "Training vrij" en "Traininginterval" vastleggen.

Telkens met ENTER komt u in het submenu.



Bij de instellingen bij "Training vrij" kunt u nu de keuze aantreffen, in welke doelzone u wilt trainen.

- In de FIT-zone voor de verhoging van uw lichamelijke fitness.
- In de FAT-zone voor de optimale vetverbranding tijdens het trainen.

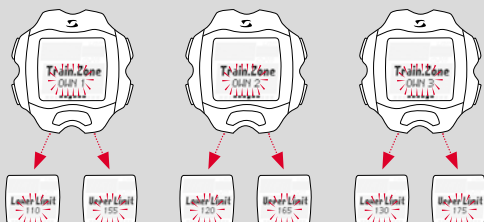


De betreffende boven- en ondergrenzen worden aan u getoond bij de keuze.

U hebt ook de optie om in uw zelf gedefinieerde wenszone te trainen.

Hier geeft u zelf de boven- en ondergrenzen van de hartfrequentie aan.

U kunt tot drie verschillende eigen zones aanleggen.



Het is ook mogelijk om helemaal zonder doelzone te trainen. Daarvoor moet u de functie uitschakelen.



Bij de instellingen bij "Traininginterval" kunt u uw tijden en hartfrequentiebereiken definiëren.

U kunt op de gewone manier de waarden voor Warm Up, Warm UP HF, interval, interval HF, herstel, Cool Down en Cool Down HF met TOGGLE-/ + vastleggen en met ENTER bevestigen.



Warm Up HR 100/130 *****	Interval 04:00 *****	Interval HR 130/150 *****
Recovery 01:00 *****	Cool Down 05:00 *****	Cool Down HR 90/120 *****

2.6 Favorieten



Onder het item "Favorieten" kunt u uw display-afbeelding zelf vormgeven, telkens met de functies, die u graag in een oogopslag wilt zien, zoals bv. stopwatch, rondetijd, zonebalken, HF-profiel, intensiteitzones, gemiddelde HF, maximale HF, calorieën, tijd, etc.

In totaal kunnen negen pagina's met telkens twee functies individueel ingesteld worden.



Op alle negen pagina's kunt u individueel op een rijtje zetten, hoe uw display tijdens de training eruitziet.



Mocht u slechts een waarde kiezen, wordt deze tijdens de training automatisch groter weergegeven.



Met "Instell. OK" wordt de invoer in het display bevestigd.



Tijdens de training worden nu deze instellingen weergegeven.

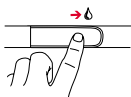


Vóór de training moet u de borstriem aandoen.

Pas voor een succesvolle polsmeting de lengte van de riem zo aan, dat de riem goed tegen het lichaam zit, maar niet te strak.

Breng de riem aan onder de borstspieren resp. de borst.

Maak daarnaast de geribbelde vlakken nat, die op de huid rusten.



Zoals in hoofdstuk 1 beschreven is, roept u het menu-item "Training" op. Uw persoonlijk gekozen trainingszone (FIT, FAT of OWN) wordt direct getoond.

Doelzone kiezen/veranderen:

Druk op ENTER en houd ingedrukt, om de gewenste doelzone voor uw training te selecteren.



Trainen in de FIT-zone: verhoogt uw lichamelijke fitness en is duidelijk intensiever. U versterkt hier uw basisuithoudingsvermogen. De waarde wordt aan de hand van uw maximale hartfrequentie vastgesteld en komt overeen met 70 - 80 % ervan.



In de FAT-zone wordt de aerobe stofwisseling getraind. Bij lange duur en geringe intensiteit worden meer vet dan koolhydraten verbrand en in energie omgezet. De training in deze zone ondersteunt u bij het afvallen. De waarde wordt aan de hand van uw maximale hartfrequentie vastgesteld en komt overeen met 55 - 70 % ervan.





Wilt u in een individuele trainingszone (OWN 1-3) trainen, hebt u tevoren de OWN 1 gekozen en overeenkomstig ingesteld, zoals in hoofdstuk 2.5 beschreven wordt.

In totaal kunt u drie individuele zones instellen.



Wanneer u zonder trainingzone wilt trainen, kiest u trainingszone "UIT".



Aansluitend drukt u op ENTER, om in het trainingsoverzicht te komen.

3.1 Training starten, stoppen, voortzetten en beëindigen



Rondetraining (LAP)

Het trainen start u door te drukken op START.

Voorbeeld: U loopt regelmatig twee rondes rond een meer en wilt dat met verschillende snelheden doen. Met de rondetraining van de RC MOVE bepaalt u de waarde voor iedere ronde.



Een nieuwe LAP/ronde start u door opnieuw op START te drukken.



Met STOP stopt u de training.

Voortzetten kunt u de onderbroken training door opnieuw op START te drukken.



Wilt u de training helemaal beëindigen, drukt u nogmaals op STOP. Nu toont het display de vraag, of u de training echt wilt beëindigen en wilt opslaan (via STOP) of toch wilt voortzetten (via ENTER).

Wanneer u de training wilt beëindigen zonder die op te slaan, drukt u op TOGGLE/+ en kiest u RESET/EXIT, bevestigen met de STOP-toets.



3.2 Tijdens de training

Wanneer de training gestart is, begint de tijd in het display te lopen.

U navigeert zoals in het overzicht in hoofdstuk 1 beschreven. Ook tijdens de training bedient u de aanduidingen via TOGGLE+/- (hoofdmenu) en via ENTER in de submenu's van de menu- en functie-items van dat moment. Daarbij kunt u altijd de actuele waarde van de functie aflezen.

Hartfrequentie



Doelzone



Intensiteit-zones

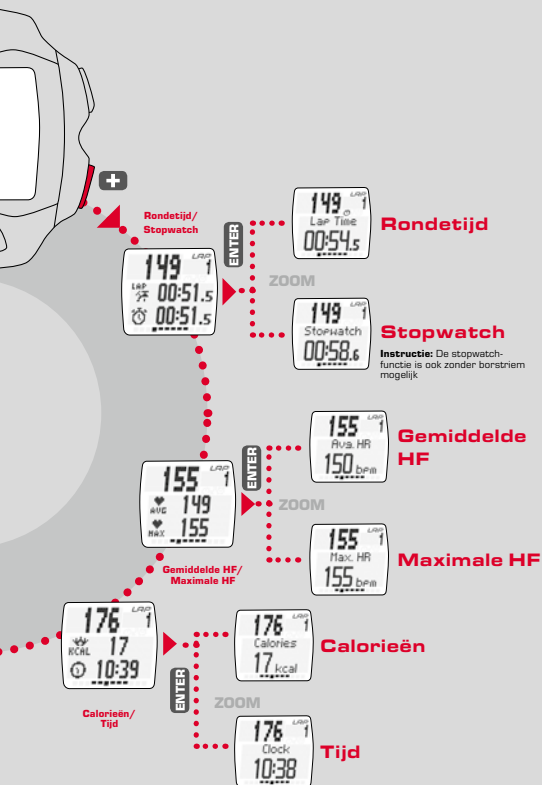


ENTER

ZOOM



Funcities, zoals de exacte hartfrequentiemeting, de rondeteller (tot 99 rondes), de BestLap-indicatie, de zoomfunctie, visualisering van de intensiteitzones en de calorieënteller, maken de training bijzonder informatief. De display-afbeelding kunt u door uw "Favorieten" individueel aan uw behoeftes aanpassen, zoals in hoofdstuk 2.6 beschreven wordt.





Hartfrequentiemeting

Opgave van de gemiddelde en maximale hartfrequentie. Overeenkomstig uw door de borstriem vastgestelde waarde.



Rondeteller

Aanduiding van het aantal rondes/Lap-Count, door drukken op LAP bij afgelegde ronde. Rondetijd en totale tijd wordt tegelijkertijd aangegeven.



Best Lap indicatie

Directe informatie in het display via de beste rondetijd. Wanneer u de beste rondetijd bereikt hebt, wordt deze direct als "Best Lap" voorlopig in het display getoond.



Wanneer de laatste ronde niet de beste is, wordt deze met "Last Lap" getoond.



Zoomfunctie

Door de zoomfunctie is het mogelijk, om de waarden ook apart vergroot af te beelden. Hier in het voorbeeld kunt u door te drukken op ENTER de functies rondetijd of stopwatch alleen in het display invoegen.



Intensiteitzones

In het overzicht over de intensiteitzones ziet u in een oogopslag, hoe uw looptijd over de gedefinieerde intensiteitzones procentueel verdeeld wordt. Zo kunt u uw belasting in het oog houden en optimaal sturen.



Calorieënteller

De verbruikte calorieën sinds de start van de training worden aangegeven.

Instructie: Houd in het oog, dat het calorieënverbruik alleen berekend wordt, wanneer de training gestart is en de hartfrequentie tenminste 100 bpm bedraagt.

3.3 Intervaltraining



Navigeer in de trainingskeuze met TOGGLE+/- naar het item "Interval" en druk op ENTER.



Door te drukken op ENTER komt u in het trainingsoverzicht. Met START kunt u uw intervaltraining beginnen.



Door ENTER ingedrukt te houden komt u in de instelling van het interval-trainen. Houd ENTER zolang ingedrukt, tot de instructie HOUDEN in het display verdwijnt.

Hier kunt u uw persoonlijke instellingen voor de trainingsintervallen vastleggen, zie hoofdstuk 2.5.



Het trainingsoverzicht start met uw vooraf ingestelde interval-training en begint met "Warm Up".

Met TOGGLE+/- kunt u zoals gebruikelijk naar de submenu's navigeren.





U start met de "Warm Up" door te drukken op START.

Terwijl u ENTER ingedrukt houdt, tot de instructie HOUDEN in het display verdwijnt, start u het "Interval". Het aansluitende "Herstel" start automatisch. Overeenkomstig uw training herhaalt u "Interval" en "Herstel" zo vaak als u wilt.



U start "Cool Down" door ENTER ingedrukt te houden.



4

Trainen met de RC MOVE en de smartphone



Om de RC MOVE in verbinding met u smartphone te gebruiken, gaat u als volgt tewerk.

Navigeer in de trainingskeuze met TOGGLE+/- naar het item "Smartphone" en druk op de ENTER-toets.

Het zoeken naar uw smartphone wordt gestart.



Aansluitend opent u op uw smartphone de SIGMA MOVE APP. Open het instellingenmenu van de SIGMA MOVE APP en synchroniseer de RC MOVE met uw smartphone.

Zodra de verbinding er is, schakelt de RC MOVE naar het trainingsoverzicht.



Nu kunt u de trainingsfuncties zoals gebruikelijk via de RC MOVE sturen.



Er wordt een onderscheid gemaakt tussen "automatisch" (A) ronde en "manuele" ronde. De A ronde wordt door de smartphone in werking gezet bv. na iedere kilometer.

Wanneer in het display geen "A" getoond wordt, wordt het aantal manueel verrichte rondes getoond.



U kunt kiezen tussen manueel en automatisch door TOGGLE/- en ENTER tegelijkertijd in te drukken.

De gegevens uit automatische en manuele ronde worden afzonderlijk opgeslagen en kunnen door u in de SIGMA MOVE APP afzonderlijk opgeroepen en geanalyseerd worden.



U kunt met de RC MOVE ook de muziek op uw smartphone besturen.

In het trainingsoverzicht navigeert u met TOGGLE/- naar het overzicht "Music Control".

Het afspelen van de actuele titel start/pauzeert u door op START te drukken.

Met STOP/ENTER springt u naar de volgende/vorige titel.



(Voorondersteld in de smartphone is een voorhanden zijnde Play List geselecteerd.)



Wanneer u de training beëindigt, hebt u de mogelijkheid de trainingsgegevens op te slaan.

Uw trainingsgegevens worden op uw smartphone opgeslagen. Aansluitend krijgt u de melding "Training opgeslagen op de smartphone".

De trainingsgegevens kunt u in SIGMA MOVE APP dienovereenkomstig inzien.



Met de PC modus kunt u de RC MOVE door de SIGMA wireless dongle met het SIGMA DATA Center verbinden.

Het SIGMA DATA CENTER is een software voor de analyse en statistiek van de trainingsgegevens van SIGMA fietscomputers en sporthorloges.



Om in de PC modus te komen, gaat u als volgt tewerk.

Navigeer in de trainingskeuze met TOGGLE+/- naar het item "PC modus" en druk op ENTER.



De RC MOVE is nu klaar, om verbonden te worden met uw pc.



Roep het menu-item "Geheugen" op, zoals in hoofdstuk 1 wordt beschreven.



U kunt de opgeslagen trainingsgegevens van dat moment oproepen. Ze zijn gesorteerd volgens de datum/actualiteit, op de eerste positie staat de laatste opgeslagen training. De gegevens kunt u gedetailleerd in de diepte via ENTER volgens het in hoofdstuk 1 beschreven navigatieprincipe inzien.

Trainingen, die met de SIGMA MOVE APP opgetekend werden, kunnen in het geheugen van het horloge niet ingezien worden.

Maximale duur van de registratie: 260 uur.

Kies een training op datum.

Via TOGGLE+/- navigeert u naar de gewenste trainingsdatum en bevestigt u met ENTER.

Nu kunt u de verschillende waardes (algemeen, rondes, doelzone, intensiteitszone en de daarbij behorende waardes) bekijken.

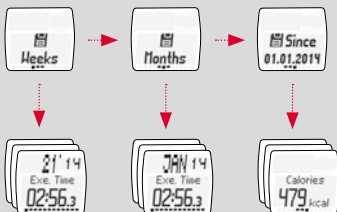




Het totale geheugen staat tot uw beschikking. In het weekoverzicht vindt u het aantal trainingen in deze kalenderweek met de absolute trainingstijd en het calorieënverbruik. Via TOGGLE/+ en TOGGLE/- navigeert u door de 12 laatste weken/maanden van het jaar.

Hetzelfde geldt voor het overzicht in maanden en het samenvattende totaaloverzicht sinds de activering van het apparaat.

Instructie: U kunt telkens een betreffende dag selecteren (TOGGLE+/-), om naar uw training te kijken. Training bekijken: Totale aantal trainingen verschijnt. Met TOGGLE+/- kunt u een bepaalde dag selecteren. Met ENTER krijgt u inzicht.





LI =
Lithium Ionen



Batterijen mogen niet via het huisvuil verwijderd worden (batterijwet)! Geef de batterijen af aan een daartoe aangewezen afleveringsplaats voor de verwijdering.



Elektronische apparaten mogen niet via het huisvuil verwijderd worden. Geef het apparaat af aan een daartoe aangewezen afleveringsplaats.

U heeft gedurende een periode van 2 jaar garantie op uw aankoop. De garantietermijn vangt aan bij aankoop van het product. Batterijen zijn van de garantie uitgesloten. Wendt u zich bij een garantiekwestie tot de winkelier waar u uw RC MOVE heeft gekocht. U kunt de RC MOVE met de kassabon en alle toebehoren ook naar het volgende adres sturen. Let daarbij a.u.b. op voldoende frankering.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.- Julius -Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-118
E-mail: service@sigmasport.com

Bij een terecht beroep op de garantie ontvangt u een vervangend exemplaar. Er bestaat slechts recht op het op dat moment actuele model. De fabrikant behoudt zich voor technische wijzigingen aan te brengen.

Hiermee verklaart SIGMA-ELEKTRO GmbH, dat de polshorloges in overeenstemming met de basiseisen en de andere relevante voorschriften van de richtlijn 1999/5/EG zijn.

8.1 Batterijen

Batterijtype: CR2032, levensduur van de batterij: gemiddeld 10 maanden



U kunt de CE-declaratie vinden op: www.sigmasport.com

8.2 FCC Information

Subpart 15A Rule Section 15.19(a)(3) requires the label of the device include the following statement, or where the label/equipment is too small, then the user information can contain the following statement:

"This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation."

Subpart 15A Rule Section 15.21 requires the following:

The users manual or instruction manual for an intentional or unintentional radiator shall caution the user that "Changes or modifications to this equipment not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment."

Subpart 15B Rule section 15.105 requires the following to be included in the user information:

"NOTE: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help."

This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause interference,
and
- (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

This Class digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

- (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage,
et
- (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Cet appareil numérique de la classe est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

8.3 Technical specifications

General: (power requirement)

- Battery type: CR 2032
- Operation voltage: 3 V
- Operation temperature range: -10 °C to + 60 °C

Radio receiver:

- Communication frequency: 2.4 GHz
- Channel: 40 channels with 2 MHz channel width
- Range (Nominal effective range): ~3 m/9.8 ft

Memory: (assume 1 free training and no interval phase)

- ~43 h 34 min @ 5 s logging interval
- ~87 h 08 min @ 10 s logging interval
- ~174 h 16 min @ 20 s logging interval
- ~261 h 25 min @ 30 s logging interval

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 63 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA

North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107
Service-Tel. 888-744-6277

SIGMA SPORT ASIA

Asia, Australia, South America, Africa
4F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4- 2358 3070
Fax. +886-4- 2358 7830

